

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
ГБПОУ РД «Профессионально-педагогический колледж имени М.Меджидова»
г. Избербаш

Утверждаю
Директор
 Адзиева С. М. - С.
« 30 » августа 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СОО 01.05 Основы безопасности жизнедеятельности

Код и наименование специальности 53.02.01 Музыкальное образование

входящей в состав УГС 53.00.00 Музыкальное искусство

Квалификация выпускника: учитель музыки, музыкальный руководитель

Программа одобрена предметной (цикловой) комиссией психолого-педагогических дисциплин и физической культуры

Председатель предметной (цикловой) комиссии

_____ Османова М. С.
ФИО

« _____ » _____ 2022 г.

Избербаш 2022

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУД.06 «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 (зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 N 24480);

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 53.02.01 Музыкальное образование (базовой подготовки), входящей в состав укрупненной группы специальностей 53.00.00 Музыкальное искусство, утвержденного приказом Минобрнауки России от 13.08.2014 г. №993, зарегистрировано в Минюсте России № 33879 от 26.08.2014 г.

с учетом:

- профиля получаемого образования.
- примерной программы;
- Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (разработаны Департаментом государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России совместно с ФГАУ «Федеральный институт развития образования» (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);
- Методических рекомендаций по разработке рабочих программ общеобразовательных учебных дисциплин в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (ППКРС и ППССЗ), разработанных Отделом профессионального образования Министерства образования и науки Республики Дагестан в соответствии с рабочим учебным планом образовательной организации на 2021/2022 учебный год.

Разработчики:

Алигаджиев Бахмуд Магомедзагирович – преподаватель ГБПОУ СПО «Профессионально - педагогический колледж им. М. Меджидова».

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины 4 стр.
2. Структура и примерное содержание учебной дисциплины 6 стр.
3. Условия реализации учебной дисциплины 14 стр.
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины 15 стр.

I. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

-Рабочая программа учебной дисциплины являются частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС(М) по специальности СПО:**53.02.01 Музыкальное образование** (базовой подготовки),укрупненной группы специальностей**53.00.00 Музыкальное искусство**по направлению **Искусство и культура.**

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина входит в общеобразовательный цикла(базовые дисциплины)

1.3Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий ЧС;
- пользоваться компасом, ориентироваться на местности, строить временное жилище, разводить костер, добывать воду и пищу;
- предпринимать профилактические меры для обеспечения нормальной жизнедеятельности в условиях криминальной обстановки, в профессиональной деятельности и в быту;
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- применять первичные средства пожаротушения;
- проводить частичную санитарную обработку в условиях применения ОМП;
- составлять оптимальный режим дня, владеть навыками закаливания и укрепления организма.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

- основные причины вынужденного автономного существования и первоочередные действия потерпевших;
- способы ориентирования и правила пользования компасом;
- принципы прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных ЧС и стихийных явлениях;
- правила безопасного поведения в условиях криминогенной обстановки, основные виды потенциальных опасностей и их последствия;
- поражающие факторы ОМП и способы защиты от них;
- основные критерии здоровья и здорового образа жизни, основные элементы жизнедеятельности и их рациональное сочетание;

- о вреде курения, алкоголя и наркотиков для здоровья человека и их социальные последствия.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

- Максимальной учебной нагрузки обучающегося – 108ч.
- Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 78ч.
- Самостоятельной работы обучающегося – 30ч.

1. Структура и примерное содержание учебной дисциплины

Виды учебной работы	
Максимальная учебная нагрузка(всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка(всего)	78
в том числе:	
-Лабораторные занятия	-
- Практические занятия	10
- Контрольные работы	10
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	30
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-
Итоговая аттестация в форме: дифференцированного зачета	

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<p align="center">Раздел 1. Опасные и ЧС, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения</p>		22	
<p>Тема 1.1. Ведение цели и задачи ОБЖ. Для чего нужно изучать ОБЖ?</p>	<p>Расшифровка аббревиатуры. Знакомство с основными разделами учебника. Обзор дополнительной литературы по курсу ОБЖ</p>	2	1
	<p>Самостоятельная работа: Прочитать роман Д. Дефо «Робинзон Крузо»</p>	1	
<p>Тема 2.1. Причины вынужденного автономного существования</p>	<p>Первоочередные действия потерпевших. Выживание и автономное существование. Причины вынужденного автономного существования в условиях природной среды:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ЧС природного характера; – экстремальные ситуации в условиях природной среды; – аварийные ситуации в условиях природной среды. 	2	2
	<p>Самостоятельная работа: Привести примеры (из жизни, книг, фильмов) выживания людей в природной среде</p>	1	

<p>Тема 3-4.1 Автономное существование в условиях природной среды</p>	<p>Проблемы, возникающие перед человеком в условиях природной среды. Понятие экстремальной ситуации, ее зависимость от профессии человека. Оборудование временного жилища. Выбор места для костра и его разведение. Типы костров и способы добывания огня. Обеспечение питанием и водообеспечение.</p>	4	2
	<p>Самостоятельная работа: Выполнение домашнего задания по темам 3 и 4</p>	1	
<p>Тема 5-6.1. Ориентирование на местности</p>	<p>Практические занятия: Понятие ориентирования. Способы ориентирования: по компасу, по небесным светилам, по местным признакам, по растениям и животным.</p>	4	2
	<p>Самостоятельная работа: ОБЖ 10кл. стр 9-17</p>	1	
<p>Тема 7.1. Обеспечение жизнедеятельности в условиях ЧС.Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.</p>	<p>Понятие ЧС. Правила поведения в условиях ЧС природного характера: при землетрясении; при угрозе схода лавин, оползнях, селях; при внезапном возникновении урагана, бури, смерчи; при наводнении; при пожарах. Меры предотвращения террористического акта.</p>	4	2
	<p>Самостоятельная работа: Выучить правила поведения в условиях ЧС природного характера.</p>	1	
<p>Тема 8.1. Как не стать жертвой преступления. Безопасное поведение в быту Действия при захвате заложника. Безопасность личности в</p>	<p>Правила безопасного поведения в условиях криминогенной обстановки: правила поведения на улице, в общественных местах, на общественном и ж/д транспорте, в подъезде и в лифте. Правила пользования электрическими и газовыми приборами. Правила поведения при: пожаре в доме, при возгорании телевизора, компьютера, при возгорании одежды начел.и возгорании сковородки.</p>	2	2

условиях террористической угрозы	Самостоятельная работа: Выполнение домашнего задания по данной теме	1	
Тема 9.1.	Контрольная работа	2	2
Раздел 2. ГО - составная часть оборонеспособности страны		26	
Тема 1.2. ГО - история создания. Цели и задачи	Создание МПВО и его первоначальное предназначение. Роль МПВО в годы ВОВ. Реорганизация МПВО в ГО. Структура ГО и ее уровни.	3	
	Самостоятельная работа: Выполнение домашнего задания по данной теме.	1	2
Тема 2.2 Ядерное оружие	Общая характеристика оружия массового поражения (далее ОМП). Ядерное оружие, мощность ядерного боеприпаса, виды взрывов, развитие ядерного взрыва, эпицентр взрыва. Средства доставки.	3	2
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
Тема 3.2 Поражающие факторы ядерного взрыва	Поражающие факторы ядерного взрыва. Ударная волна, световое излучение, проникающая радиации, радиоактивное заражение местности, электромагнитный импульс.	2	2

	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
Тема 4.2 Химическое оружие	Боевые свойства ОВ: концентрация, плотность, токсичность, стойкость. Классификация ОВ по характеру воздействия на организм человека. Способы защиты от ОВ.	2	2
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
	Контрольная работа по пройденным темам	2	
Тема 5.2 Бактериологическое оружие	Классификация возбудителей заболевания людей, животных и с/х растений. Методы применения. Характеристика очага бактериологического поражения. Обсервация и карантин.	2	2
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
Тема 6.2 Современные обычные средства поражения.	Современные обычные средства поражения. Огневые ударные средства. Высокоточное оружие.	2	2
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
Тема 7.2 Оповещение и информирование населения	Способы и порядок оповещения населения об опасностях, ЧС. Частичная и полная санитарная обработки. Правила и порядок их проведения.	4	2

об опасностях.			
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
	Контрольная работа по ОМП	2	
Тема 8.2 Организация защиты учащихся школ от ЧС в мирное и военное время	Практическое занятие: Основные задачи подсистемы общеобразовательные учреждения. Объективная комиссия по ЧС и пожарной безопасности. Основные задачи обучения в области ГО.	2	2
	Самостоятельная работа. Выполнение заданий по теме.	2	
Тема 9.2 Итоговый урок по ГО	Контрольная работа по ГО	2	
Раздел 3. Основы здорового образа жизни.		30	
Тема 1.3 Здоровье человека, общие понятия и определения	Здоровье человека – общие понятия и определения, основные составляющие здорового образа жизни, личная заинтересованность каждого человека в здоровом образе жизни. Формирование мотивации ЗОЖ у молодежи.	2	2
	Самостоятельная работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 2.3 Влияние окружающей среды на здоровье человека.	Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Степень влияния окружающей среды на здоровье человека и использование ею факторов для приобретения здоровья. Атмосфера, почва, вода, экология.	2	2
	Самостоятельная работа.	1	

	стр 93-98 знать содержание		
Тема 3.3 ЗОЖ – индивидуальная система поведения человека.	Понятие «Потребность человека в здоровом образе жизни», «критерии ЗОЖ», «Гигиена умственного труда».	2	3
	Самостоятельна работа. стр 110-113 знать содержание	1	
Тема 4.3 Общие понятия о режиме дня и его значении	Практическое занятие: Режим дня и его значение для здоровья. Рациональный режим труда и отдыха – необходимый элемент ЗОЖ, необходимое условие сохранения здоровья в процессе труда. Упражнения по управлению эмоциями.	3	2
Тема 5.3 Основные элементы жизнедеятельности человека.	Основные элементы жизнедеятельности человека и их рациональное сочетание, составляющие здорового образа жизни и их влияние на здоровье человека. Умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание.	2	2
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 6.3 Биоритмы организма и их влияние на человека	Основные понятия о биоритмах организма, их влияние на уровень жизнедеятельности организма. Наука о биологических ритмах – хронобиология. Тестирование «Сова» или «Жаворонок».	2	2
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 7.3 Двигательная активности – основа ЗОЖ	Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Основные качества физически развитого человека. Саморегуляция и управление эмоциями.	2	2
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 8.3 Закаливание и укрепление	Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья. Психофизические упражнения. Роль положительных эмоций. Утренняя гимнастика и роль	2	2

здоровья	физкультуры. Влияние факторов внешней среды на здоровье человека.		
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 9.3 Вредные привычки и их последствия	Вредные привычки и их социальные последствия. Факторы, разрушающие здоровье человека (табак, алкоголь, наркотики).	2	2
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 10.3 Алкоголь и его влияние на здоровье	Алкоголь, его влияние на здоровье: снижение умственной деятельности и физической работоспособности. Деградация личности при алкоголизме.	3	3
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	2	
Тема 11.3 Курение и его влияние на здоровье	Табакокурение и его влияние на здоровье человека. Табак – наркотик. Курение – социальная проблема. Курение и его влияние на сердечно-сосудистую систему, раковые болезни, болезни органов дыхания.	3	3
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	2	
Тема 12.3 Наркомания и токсикомания	Наркомания и токсикомания, социальные последствия. Меры профилактики. Наркозависимость. Законодательство в области употребления и распространения наркотиков.	3	3
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме. Нарисовать плакат « Наркотикам - нет!» Реферат на тему	3	
	Итоговый урок по ЗОЖ Зачет по ОБЖ.Контрольная работа по основам ЗОЖ. Написать сочинение на тему: «Мое отношение к наркотикам»	2	

3. Условия реализации учебной дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности и охраны труда»

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебно-наглядные пособия по дисциплине;
- технические средства обучения.

3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Гвоздев С.А. «Выживание на суше и на море» - Минск: Современное слово, 2002
2. Дарман П. «Учебник выживания в природных условиях» М., - Яуза, 2000
3. Ильин А. Книга, которая спасет вам жизнь. - М.: Эксмо. 2008. Школа выживания в природных условиях - М.: Эксмо-Пресс 2001
4. Медико-санитарная подготовка учащихся: учебник для 10 кл. средней школы (под ред. П.А. Курцева - М. Просвещение. 2006)
5. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 10 кл. средней школы (под ред. Латчук В.Н. и др. М.: Дрофа. 2008)

Дополнительные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: информационно-методическое издание для преподавателей.
2. «Здоровье» - научно-популярный журнал
3. Газета «ЗОЖ»

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических и контрольных работ, а также тестированием и выполнением обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
Организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий ЧС.	Практическое занятие
Предпринимать профилактические меры для обеспечения нормальной жизнедеятельности в условиях криминогенной обстановки.	Практическое занятие
Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от ОМП.	Практическое занятие
Проводить частичную санитарную обработку в условиях применения ОМП.	Практическое занятие
Составлять оптимальный режим дня, владеть навыками закаливания и укрепления организма.	Индивидуальные занятия
Знания:	
Основные причины вынужденного автономного существования и первоочередные действия потерпевших.	Индивидуальные занятия
Способы ориентирования, правила пользования компасом, правила выживания.	Практические занятия
Правила безопасного поведения в условиях криминогенной обстановки	Практические занятия
Поражающие факторы ОМП и способы защиты от них.	Индивидуальные занятия
Основные критерии здоровья и здорового образа жизни, основные элементы жизнедеятельности и их рациональное сочетание	Индивидуальные занятия
О вреде курения, алкоголя и наркотиков для здоровья человека, и их социальные последствия.	Индивидуальные занятия

Разработчики:

<u>ГБПОУ СПО «ППК»</u> (место работы)	<u>преподаватель</u> (занимаемая должность)	<u>Кадиев А.С.</u> (инициалы, фамилия)
--	--	---

<u>ГБПОУ СПО «ППК»</u> (место работы)	<u>преподаватель</u> (занимаемая должность)	<u>Абакарова У.А.</u> (инициалы, фамилия)
--	--	--

Эксперты:

(место работы)

(занимаемая должность)

(инициалы, фамилия)